

# Inhalt

---

Geleitwort zur deutschen Ausgabe	9	
Vorwort zur englischen Ausgabe	13	
Kapitel 1	Burnout	17
Kapitel 2	Freundlichkeit	39
Kapitel 3	Der Versuch zu überleben	59
Kapitel 4	Achtsam handeln	83
Kapitel 5	Positiv gesund	103
Kapitel 6	Die Wahl, Ihre Arbeit zu lieben	119
Kapitel 7	Heilende Hände	133
Kapitel 8	Die Neurowissenschaft des Mitgefühls	145
Kapitel 9	Zeit für Zuwendung gewinnen	163
Kapitel 10	Ein besseres System aufbauen	183
Kapitel 11	Mitfühlende Führungskultur	215
Kapitel 12	Der persönliche Wendepunkt	237
Kapitel 13	HEARTS IN HEALTHCARE	255
Kapitel 14	Meine Geschichte: Rebell für eine gute Sache	269
Danksagungen		285
Stimmen zum Buch		287
Literaturempfehlungen und Ressourcen		291
Anmerkungen zu den Kapiteln		295
Ein Wort zur deutschen Übersetzung		314